

**HUBUNGAN PENGGUNAAN INTERNET(FACEBOOK)
DENGAN GANGGUAN TIDUR
PADA REMAJA LAKI-LAKI USIA 15 – 18 TAHUN
DI SMAN 1 TOROH KABUPATEN GROBOGAN**

SKRIPSI



**Disusun Oleh
Deni Setyo Pamungkas
46200924**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

2016

**HUBUNGAN PENGGUNAAN INTERNET(FACEBOOK)
DENGAN GANGGUAN TIDUR
PADA REMAJA LAKI-LAKI USIA 15 – 18 TAHUN
DI SMAN 1 TOROH KABUPATEN GROBOGAN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**



**Disusun Oleh
Deni Setyo Pamungkas
46200924**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

2016



PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Doni Setyo Pamungkas
NIM : 402009029 Email : madmarz@yahoo.com
Fakultas : Kelu. Kesehatan Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul tugas akhir : Hubungan penggunaan internet (facebook) dengan gangguan tidur pada remaja laki-laki usia 15-18 tahun di SMPN 1 Taroh Kabupaten Grobogan
Pembimbing : 1. Ir. Ferry F. Karuwat Msc Ph.D.
2. Ir. Sri Suwardiningsih, M.Si

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/cerjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil penelitian/implimentasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing dalam proses dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah yang menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Apabila di kemudian hari terdapat ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 1 Juni 2016.



Doni Setyo Pamungkas
Gelar Rp. 6.000,-
10000 Salinan & masa berlaku tidak terbatas



PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Poni Satya Pamungkas
NIM : 16209024 Email : Tadmosji@yahoo.com
Fakultas : Ilmu Kesehatan Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul tugas akhir : Analisis penggunaan Internet (Facebook) dengan gangguan tidur pada remaja laki-laki usia 15-18 tahun di STAN 1 Togh Kabupaten Cendragiri

Dengan ini saya menyerahkan hak non-eksklusif* kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA**

* Hak yang tidak terbatas hanya bagi satu pihak saja. Penulis, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Perpustakaan Universitas tidak menampulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut. Semua dokumen dan halaman judul dan abstrak. Pengecualian harus disertai dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pendaftar. Hak dilindungi oleh undang-undang fakultas (dokumen reproduksi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

1956 Salatiga, 1 Juni 2016

Poni Satya Pamungkas
Penulis tugas akhir yang menyerahkan

Mengetahui

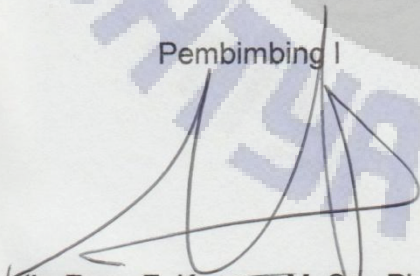
Tr. Ferry F. Karuw M.S., Ph.D.
Penulis tugas akhir yang menyerahkan II

B. H. Sri Sumartaningih M.S.
Penulis tugas akhir yang menyerahkan II

HALAMAN PERSETUJUAN

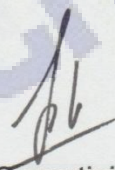
Skripsi ini telah disetujui oleh
Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



(Ir. Ferry F. Karwur, M. Sc., Ph.D)

Pembimbing II




(Dr. Ir. Sri Suwartiningsih M.Si)

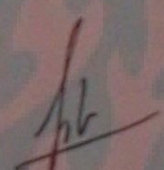
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini Telah dipertahankan di hadapan dewan penguji pada
Hari Jumat, 15 April 2016

Penguji I

Penguji II


Santi T. Messakh, S. Pd., M. Ed.


Dr. Ir. Sri Suwartiningsih M. Si.

1956

Disahkan oleh,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

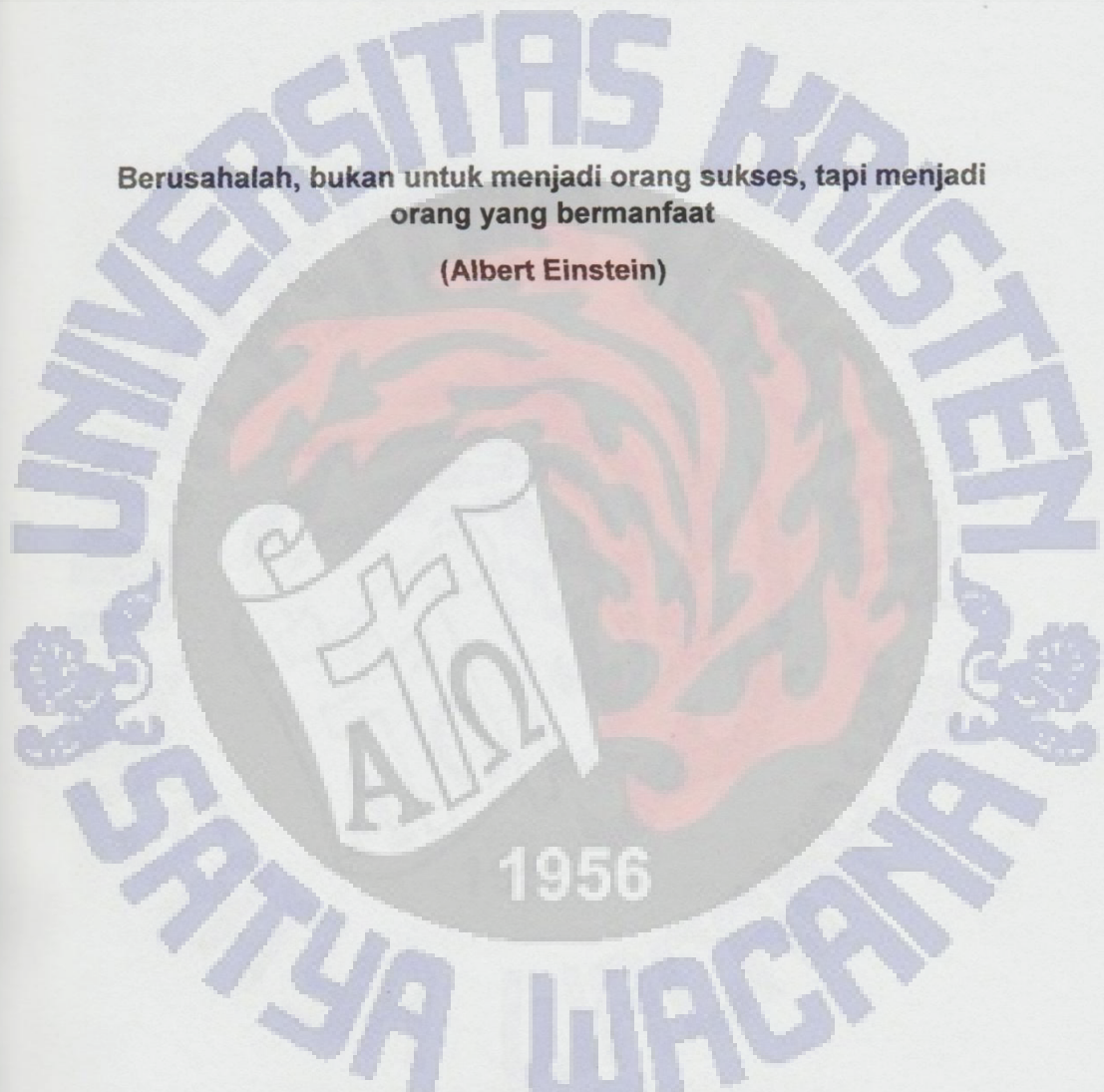

Dr. Ferry F. Karwur, M. Sc., Ph.D



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

**Berusahalah, bukan untuk menjadi orang sukses, tapi menjadi
orang yang bermanfaat**

(Albert Einstein)



Skripsi ini saya persembahkan untuk :

Ayah Yasmin (Alm), Ibu Sri Sulastri dan kakak Ana Febriani

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayahNya. Salawat serta salam senantiasa tercurah pada nabi Muhammad SAW yang telah mengajarkan kebaikan, menuntun pada kebenaran dan mengeluarkan kita dari kegelapan menuju cahaya yang sejati. Sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Hubungan Penggunaan (Facebook) dengan Gangguan Tidur pada Remaja Laki-laki Usia 15-18 Tahun di SMAN 1 Toroh Kabupaten Grobogan".

Skripsi ini juga tidak lepas dari bimbingan oleh pembimbing saya yang luar biasa, terimakasih untuk bapak Ir. Ferry F. Karwur, M. Sc., Ph.D sebagai pembimbing 1 dan selaku Dekan FIK UKSW, terimakasih juga untuk ibu Dr. Ir. Sri Suwartiningsih M.Si sebagai pembimbing 2. Terimakasih untuk arahan bimbingan dan kesabaran dalam proses penyusunan skripsi. Ibu Sanfia Tesabela Messakh, S. Pd., M. Ed selaku penguji yang memberikan banyak masukan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Terimakasih juga untuk orang-orang terkasih, ibu Sri Sulastri, bapak Bambang Pramono, kakaku yang bawelnya minta Ampun Ana Febriani serta bidadari kecilku Jihan Makayla Putri alias Tuyul, aku sayang kalian keluarga kecilku. Untuk orang yang spesial Eddy Aprillia Ch, terimakasih sudah mendukung dan memberiku semangat yang lebih dan lebih, ketika hilang harapanku kamu selalu menghidupkan suasana dan semangat ku dengan cara mu yang konyol heheheee. Untuk para sahabatku yang jauh disana Udith, ayo kapan kita main PS lagi "aku ra wedi karo sampean, buktikan siapa yang terunggul diantara kita wkwkwkwkn", Bayu, bang abong yang sok keren ayo dolan purwodadi neh maem sego goreng mbi kodok hehe, Jenter alias s**machine hahahahahaaaa tu badan udah kaya kodok ijo jangan digedein lain, ban Rio T yang selalu buat suasana rame tak terkendali

hahaha, Wisnu Wardhan*** yang kadang ngilang dan muncul gak tau dimana, tapi I LOVE YOU guys semoga persahabatan kita tidak putus oleh jarak dan waktu, sehat selalu dimana pun kalian berada.

Tidak lupa untuk teman-teman seperjuangan angkatan 2009: Fani, Selfi, Naga, Elen nuban, Ling-ling, Nia, Bella, Oka, Dezzi, Desi N, Berti, Pipit, Yulianto, Kalista, Kezia, Azid, Dhani, Natal, Valen, Rini, sikembar Bram&Jhon, Rina, Marlina, Erma, Tutik, Siti, Apsari, Aini, Rifa, Widi, Yosi, Yona, Hagai, Tere, Oliv, Agung Febri, Natal, Rendi, dan teman-teman yang lain yang tidak bisa saya sebut satu persatu. Terimakasih sudah berjuang dan belajar bersama di FIK.

Terimakasih juga untuk teman-teman Club Motor, dari teman-teman DMC (Djava Motor Clasic) pak Ari, kang Ganyong, Kebo, Birin, Waslong, Putri, Hendi, Adi, Basori dan teman-teman DMC yang lain yang tidak tau namanya tapi kenal mukanya heheheeee, kapan kita plesir lagi blaar blar. Teman STATIC (Salatiga Tiger Community) terimakasih sudah mau berbaur dengan saya sebagai pendatang, dan tidak lupa juga kepada teman-teman BBC (Bolo Bredel Community) Odi/Mbahe, mas rendra, Aldi, Rayel Riyal, dan teman-teman yang lain, semoga kalian sukses dalam meraih cita, keinginan dan harapan untuk selalu maju, sukses untuk studi dan jangan sampai tali persaudaran kita putus oleh jarak dan waktu.

Terimakasih juga untuk teman-teman Club RagaPrima, Pak Muh. Sugiharjo selaku ketua Club RagaPrima, mas Rendra, mas Indra, mas Ari (Kera Sakti), mas Sigit (Pendekar Galau), Bayu, Dhani, Mino, Adi, Sulis, Ceper, Gepeng, Faizin, Pak Jordan, Pak Adi, Aldi, Odi, Ari, Boy, Om Ipung, Pak Damiri, Om Hermani, Mas Bowo, Mas Mat, Mas Rahmat, Pak Guru, Mario, Likin, Bagus, Lilik, dan teman-teman RagaPrima Club yang lain.

Untuk semua teman-teman dan pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan yang selama ini kalian berikan, semoga selalu diberikan kesehatan untuk melakukan semua kegiatan.



ABSTRAK

Deni Setyo Pamungkas, 462009024, Hubungan Penggunaan Internet (Facebook) dengan Gangguan Tidur pada Remaja Usia 15-18 tahun Di SMAN 1 Toroh Kabupaten Grobogan. Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana.

Pembimbing I : Ir. Ferry F. Karwur, M.Sc., Ph.D

Pembimbing II : Dr. Ir. Sri Suwartiningsih M.Si

Latar Belakang : Modernitas oleh media teknologi informasi semakin berkembang dan kurangnya pemantauan dari orang tua mengakibatkan terjadinya perubahan pola tidur pada remaja sehingga terjadi gangguan tidur. Perkembangan itu salah satunya dengan kehadiran internet yang menyediakan berbagai layanan, mulai dari akses data, informasi, iklan, komunikasi dan sebagainya. Salah satu aplikasi yang ditawarkan internet yang sekarang digemari adalah facebook. Facebook menyediakan layanan pertemanan yang difungsikan sebagai media komunikasi dunia maya yang menghubungkan penggunanya dari penjuru dunia. Pada penelitian pendahuluan yang dilakukan tanggal 14 Maret 2013 pada salah satu SMA Negeri di Kabupaten Grobogan, dengan subjek observasi adalah 10 siswa yang dipilih secara acak. Dari observasi didapatkan data kesepuluh sampel menggunakan FB, terdapat 7 dari 10 siswa yang menggunakannya sampai malam hari (lebih dari jam 21.00).

Rumusan Masalah : Apakah ada hubungan penggunaan internet (facebook) dengan gangguan tidur pada remaja laki-laki usia 15-18 tahun? **Tujuan :** Mengetahui hubungan penggunaan internet (facebook) dengan gangguan tidur pada remaja usia 15-18 tahun.

Metode : Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengumpulan data studi pustaka dan menggunakan alat pengumpulan data (kuesioner). Teknik analisa data dengan analisis statistic *Pearson Product Moment* (PPM). Sedangkan teknik uji keabsahan data menggunakan uji validitas dan reliabilitas. **Hasil :** Dari hasil analisa data, maka dapat diketahui bahwa diperoleh nilai r sebesar 0,150 dengan signifikansi 0,050 ($p > 0,05$) hipotesis diterima dengan sampel sebanyak 173 responden. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat rendah.

Kesimpulan : Terdapat hubungan sangat rendah antara penggunaan internet (FB) dengan gangguan tidur pada remaja laki-laki usia 15-18 tahun di SMAN 1 Toroh Kabupaten Grobogan. Dari hasil korelasi per-item pada variabel ditemukan bahwa fitur chat mempunyai pengaruh pada insomnia terminal dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,180 dengan signifikansi 0,018 ($p > 0,05$).

Kata Kunci : Remaja, Gangguan Tidur, Teknologi Informasi, Internet, Facebook, Indonesia

Daftar Pustaka : 30 (1999-2015)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS TUGAS AKHIR	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Batasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja.....	8
2.2 Pembangian Remaja	9
2.3 Tidur	10
2.4 Internet.....	19

2.5 Facebook	20
Hipotesis	23
Kerangka Konsep.....	24

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian.....	25
3.1.1 Desain Penelitian.....	25
3.1.2 Identifikasi Variabel.....	26
3.1.3 Definisi operasional Variabel penelitian.....	26
3.2 Desain Sampling	27
3.2.1 Populasi.....	27
3.2.2 Sampel	29
3.3 Kriteria Sample.....	30
3.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data	31
3.4.1 Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.4.2 Alat Pengumpulan Data	32
3.5 Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur.....	47
3.5.1 Uji Validitas	47
3.5.2 Uji Reliabilitas	49
3.6 Teknik Analisa Data	51
3.6.1Pengolahan Data	51
3.6.2 Analisa Data	52
3.7 Etika Penelitian.....	52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Orientasi Tempat Penelitian	53
---------------------------------------	----

4.2 Gambaran Umum Partisipan Penelitian.....	54
4.3 Persiapan Penelitian	54
4.3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	54
4.3.2 Pelaksanaan Penelitian.....	54
4.4 Teknik Analisa Data	56
4.4.1 Analisa Deskriptif	56
4.4.2 Statistik deskriptif	66
4.4.3 Uji Asumsi Data	69
4.4.3.1 Uji Normalitas.....	69
4.4.3.2 Uji Linearitas	70
4.5 Hasil Analisa Data	70
4.6 Pembahasan	71

BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan.....	79
5.2 Saran.....	80

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN